# ¿Por qué la violencia nos puede parecer tolerable?

GLOSARIO

**VIOLENCIA SIMBÓLICA**

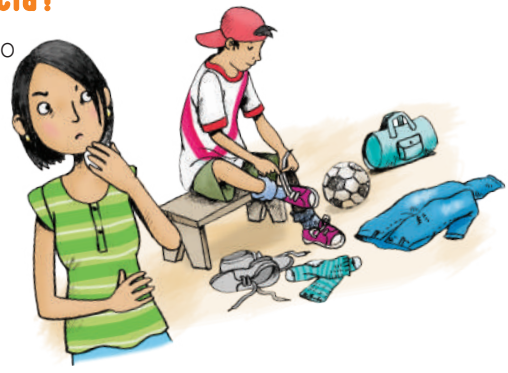
Este término fue acuñado por el sociólogo francés Pierre Bourdieu (1930-2002) para dar cuenta de toda acción racional, planificada, para ejercer dominio sobre una persona, o grupo social o cultural, sin que esta se sienta directamente atacada. Esto permite mantener, sutilmente, una relación de subordinación y de desigualdad social.

## ¿Qué es la violencia?

La violencia es el tipo de relación en la que, de forma deliberada, aprendida o imitada, se usa la fuerza para dominar a alguien e imponer algo, haciendo daño o amenazando con hacerlo. La Organización Mundial de la Salud define la violencia como el uso intencional de la fuerza física o del poder, de manera efectiva o como amenaza, contra otra persona, contra un grupo o comunidad, o incluso contra sí mismo; y que podría causar lesiones, un traumatismo, daños psicológicos, privaciones, problemas de desarrollo o la muerte (http://www.who.int/topics/violence/es/).

La **violencia** puede también ser **simbólica**: la sociedad puede ejercerla al brindar mensajes que invitan a creer que, por ejemplo, no tenemos cualidades para acceder a ciertos privilegios o que nos merecemos determinado trato por ser hombre o mujer. Como vemos, los mecanismos de la violencia pueden ser muy sutiles.

## ¿Cómo se vuelve normal la violencia?



Muchas veces, la violencia se asume como una forma "normal" de relacionarse con la familia, las amistades o la pareja. Esto expresa que consideramos normal que ciertas personas puedan establecer relaciones de subordinación. Quizá cuando analizamos la historia de Susana, pudimos haber reconocido fácilmente que su reacción con su hermano menor fue violenta… ¡Y de hecho lo fue; pero también la del papá! Esta expresa una relación de poder vertical e intransigente, ya que ni siquiera le da a su hija Susana la posibilidad de pensar en alternativas de solución: ¿ir con su hermano?, ¿dejar al hermano con la abuela? En todo caso, ¿por qué no dejarle las indicaciones a Gustavo, su hermano mayor, para que lo cuide? ¿No sería lo mejor?

Lamentablemente, por los estilos de crianza, el respeto o el cariño que sentimos hacia ciertas personas, muchas veces podemos ser capaces de tolerar situaciones de maltrato físico o psicológico. Y estas mismas razones impiden que reconozcamos nuestras emociones adecuadamente; peor aún, nos llevan a que carguemos con sentimientos negativos y que pensemos que no son tan malos o que creamos que nos merecemos dicho trato. Profundizar en nuestras emociones y en el origen de nuestros sentimientos es de gran ayuda para evitar que consideremos "normal" aquello que no lo es. Por ello, es importante cuestionar este tipo de relaciones y tomar la iniciativa para proponer alternativas de solución. Mientras haya mayor diálogo, habrá mayores alternativas de solución y menos violencia.

# ¿Eres capaz de reconocer la violencia?

Detrás de la historia de Susana pueden esconderse otras relaciones en las que se podría estar tolerando la violencia. Lamentablemente, a veces la sociedad reproduce patrones de comportamientos machistas que podemos reconocer en nuestras familias. Detrás de algunas escenas de injusticia, como la ejercida por el papá de Susana, suelen darse otras escenas que se aceptan como normales en la convivencia en el hogar:

- El papá de Susana toma decisiones de forma individual, sin consultar ni a la mamá ni a Gustavo, y mucho menos a Susana.
- El papá puede ejercer violencia física sobre la mamá de Susana porque no cumple adecuadamente roles asignados a su "condición de madre": cocinar, lavar la ropa, atender a su hija e hijos, entre otros.
- El papá y la mamá asumen que la mejor forma de corregir a sus hijos es con castigos físicos: correazos o golpes.
- Se remarca, a través de gestos, consejos y acciones cotidianas, que una muestra de hombría es imponerse cuando se habla u opina, o ejercer la violencia cuando se considere necesario.

En todos estos casos se esconden estereotipos de género: "etiquetas" sobre cómo debería comportarse un hombre o una mujer. Esto puede reproducir ciclos de violencia que por temor o vergüenza no se confrontan, o al menos no se cuestionan, y se consideran normales. Estos ciclos pueden reproducirse tanto entre la pareja como con los hijos. A continuación presentamos tres fases:

| | |
|---|---|
| **Fase 1 Se acumula tensión** | En esta fase se dan pequeños episodios que llevan a roces permanentes, con un incremento constante de ansiedad y hostilidad. Esta situación puede durar años; por eso, si la víctima busca ayuda, se puede prevenir la irrupción de la fase aguda o del golpe. |
| **Fase 2 Violencia explícita** | La violencia física se convierte en un mecanismo constante para solucionar problemas. Se suele recurrir a amenazas de abandono, denuncia o mayores niveles de agresión física. |
| **Fase 3 Arrepentimiento o idealización** | Si la persona que ejerce mayores niveles de violencia llega a tomar acciones demasiado violentas, suele expresar remordimiento o arrepentimiento; sin embargo, no necesariamente hay un plan claro para cambiar las condiciones de violencia. |

## ¿Cómo romper ciclos de violencia?

Si la violencia es un mecanismo de sujeción por medio de gestos, comportamientos y castigos, lo mejor es abrir espacios para reflexionar en conjunto. Si se trata de papá o mamá, tíos, tías, podemos preguntarnos primero a nosotros mismos lo siguiente:

- ¿Por qué actuarán así?
- ¿Sabemos cómo fue su historia con nuestros abuelos?
- ¿Algo ha cambiado?
- ¿Algo se repite?

A partir de ello, preguntemos a papá o a mamá y analicemos su historia; no para justificarlos, sino más bien para comprender qué aspectos de esa relación queremos cambiar. Si te cuesta abrir estos espacios directamente, busca personas de confianza que podrían acercarse a aquella persona violenta. La respuesta a la pregunta no es fácil, pues depende mucho de la disposición de las personas para escuchar de forma activa y que las personas violentas caigan en la cuenta de sus acciones. No pocas veces las víctimas de violencia justifican a su agresor. Por ello, si eres testigo de violencia, debes tomar en cuenta la gravedad del hecho. Si la violencia es física, lo mejor es pedir ayuda para proteger a las víctimas y denunciar el hecho.

# ¿Cómo prevenir la violencia?

Reflexionaremos sobre el sentido de la justicia, por un lado, pero también sobre el sentido del cuidado y el acompañamiento, como mecanismos para prevenir la violencia. Con esta reflexión cuestionaremos los presupuestos que tenemos sobre estos conceptos para repensar en prácticas que permitan una convivencia saludable y libre de violencia.

## Justicia: promoviendo relaciones igualitarias con equidad

La justicia adquiere sentido si construimos condiciones para una sociedad igualitaria. Lo justo, convencionalmente, se suele entender como darle a cada cual lo que le corresponde. Esto solo es posible cuando desde nuestra posición de personas, hermanos, hermanas, padres o madres actuamos con equidad.

Por ejemplo, un comportamiento equitativo se expresa al cuestionar y cambiar la relación desigual que se propicia entre Susana y su hermano menor Mario, pero también la relación entre Susana y su hermano Gustavo, así como la desigual que ejerce el papá de Susana con ella y su mamá. Por lo tanto, no puede haber justicia cuando nuestras interacciones se sostienen en relaciones verticales y autoritarias.

**GLOSARIO**

**DERECHOS HUMANOS**

A partir de la Declaración Universal de los Derechos Humanos firmada en 1945, las sociedades democráticas deben respetar, garantizar y promover el acceso y goce de derechos de carácter universal: salud, educación, opinión, entre otros. Estos derechos se le deben reconocer a toda persona, por el simple hecho de ser persona. En ese sentido es que los derechos permiten una vida digna.

**ACTIVIDAD**

1. ¿Qué estereotipos, ideas, creencias consideran que impiden construir relaciones con equidad y libres de violencia? ¿Por qué?
2. ¿Qué acciones deben llevar a cabo para romper el ciclo de violencia? ¿A dónde acudir?¿Qué pueden hacer si alguien se les acerca para solicitar ayuda?
3. Averigüen qué derechos suelen vulnerarse en contextos familiares en su comunidad.
   a. ¿Por qué sucede? ¿Cuáles serían las principales razones?
   b. ¿Se cuenta con estrategias de prevención o atención en su colegio, en la municipalidad o en las entidades del Estado?

# ¿Cómo afecta la violencia a la sociedad en su conjunto?

Tolerar la violencia psicológica y física genera consecuencias nocivas para la salud, tales como estrés crónico, problemas de autoestima y crisis de ansiedad. Estos pueden propiciar serias afecciones cardíacas, entre otros problemas de salud. Además de ello, como vimos, la violencia puede propiciar relaciones muy desiguales, al consolidar prejuicios y estereotipos que limitan el desarrollo integral de las personas. Quienes son vulnerados en su autoestima pueden sentir limitaciones para estudiar, trabajar o pensar en cualquier ocupación que pueda implicar exposición social. Esto produce grandes desigualdades que permiten que la pobreza persista.

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) dio a conocer en noviembre de 2018 que, según los resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) del primer semestre del año (https://bit.ly/2TplgiQ), en el país, el 65,9 % de las mujeres de 15 a 49 años de edad, alguna vez, fue víctima de algún tipo de violencia (psicológica, verbal, física o sexual) ejercida por su esposo o compañero. La Dirección de Estadística y Monitoreo de la Oficina de Planeamiento Estratégico Sectorial del Ministerio del Interior señaló que en el periodo enero-agosto de 2018 se reportaron a nivel nacional 4514 denuncias de violencia sexual contra la mujer. En tanto, las denuncias de violencia familiar por algún tipo de agresión sumaron en total 141.922, de las cuales 72 433 fueron por agresión física; 61 371, por agresión psicológica; y 3048, por agresión sexual.

# ¿A dónde acudir en situaciones de violencia?

La violencia puede darse en todos los contextos: familiar, escolar, laboral, comunitario, etc., y afectarnos a todas y todos sin distinción. Dada la frecuencia con la que se producen incidentes de violencia en el contexto escolar, existen mecanismos para denunciarlos y así iniciar una investigación que permita esclarecer los hechos y determinar las sanciones. Basándonos en estos reportes, podemos ver la frecuencia de los hechos denunciados, la modalidad o el tipo de violencia, y quiénes son las personas más afectadas. A continuación te presentamos instancias a las que puedes acudir:

**Chat100**
www.mimp.gob.pe/chat100

Chat 100. Es un servicio personalizado a través de Internet y en tiempo real. Está a cargo de profesionales del Programa Nacional Contra la Violencia Familiar y Sexual (PNCVFS), quienes brindan información u orientación psicológica a fin de identificar situaciones de riesgo de violencia que pueden presentarse en las relaciones entre enamorados o novios. También atienden a personas afectadas por violencia familiar y sexual. Ingresa a http://www.mimp.gob.pe/chat100 en el horario de lunes a viernes de 8:00 a. m. a 10:00 p. m.

**CEM**

Centros de Emergencia Mujer (CEM). Brindan servicios públicos especializados y gratuitos, atención integral y multidisciplinaria a víctimas de violencia familiar y sexual. Asimismo, brindan orientación legal, defensa judicial y consejería psicológica. Se procura la recuperación del daño sufrido y se presta asistencia social. Además, se realizan actividades de prevención a través de capacitaciones, campañas comunicacionales, formación de agentes comunitarios y movilización de organizaciones (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. Centros Emergencia Mujer - CEM. Recuperado de https://www.mimp.gob.pe/homemimp/centro-emergencia-mujer.php).

**DEMUNA**

Defensoría Municipal del Niño y el Adolescente (DEMUNA). Es un servicio encargado de proteger y promover los derechos de los niños y adolescentes en la jurisdicción de la municipalidad. Desde 1997, está considerada en la Ley Orgánica de Municipalidades como una función de los Gobiernos locales.

**105**

Central Policial 105. En caso de que te encuentres en una emergencia, la Central 105 de la Policía deriva el caso atendido a la unidad más cercana de radio-patrulla o a la comisaría. Ahora puedes denunciar cualquier situación delictiva o comunicar alguna emergencia a través de WhatsApp. Para ello, la Policía Nacional ha habilitado los siguientes números telefónicos: 964-605-570 y 942-479-506.